

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perguruan tinggi merupakan sebuah perjalanan yang harus ditempuh dan dihadapi oleh seorang mahasiswa untuk meneruskan pendidikannya kejenjang yang lebih tinggi lagi setelah lulus dari bangku SMA. Bertujuan untuk memberikan pengetahuan, pemahaman, dan pengalaman kepada seorang mahasiswa agar dapat berpikir secara luas, logis, berkompeten, serta dapat menambah pengalaman, sehingga dapat memberikan perubahan dalam pemikiran, perilaku dan kepribadiannya (Rini, 2010). Perubahan-perubahan tersebut menjadi modal bagi seorang mahasiswa dalam mewujudkan suatu tujuannya di masa depan.

Mahasiswa merupakan seseorang yang memiliki peranan penting dalam mewujudkan sebuah cita-cita dalam pembangunan nasional, sedangkan perguruan tinggi merupakan salah satu lembaga pendidikan yang secara formal memiliki tugas dan tanggung jawab untuk memberikan tempat kepada mahasiswa dalam mewujudkan cita - cita sesuai dengan tujuan pendidikannya, seperti yang telah dikemukakan oleh Wulan dan Abdullah (Afifah, 2022). Mahasiswa memiliki tanggung jawab dalam kehidupannya baik secara akademik maupun nonakademik yang harus diselesaikan. Tugas akademik individu seperti diperkuliahan yang harus diselesaikan tepat waktu, sedangkan yang nonakademik seperti kemampuan mahasiswa untuk dapat memahami tentang dirinya sendiri,

kualitas hubungan dengan temannya ataupun lingkungannya, persoalan finansial, dan kesibukan mengikuti organisasi dikampus.

Seiring dengan perkembangan seorang mahasiswa yang menuju tahap dewasa berbagai kesibukan aktivitas baik secara akademik ataupun nonakademik mulai dialami, yang bertujuan untuk merencanakan suatu kehidupannya di masa depan. Sehingga berbagai macam masalah sering muncul dalam kehidupannya baik yang disebabkan oleh dirinya sendiri ataupun lingkungannya. Lingkungan sangat berpengaruh dalam kehidupan seorang mahasiswa karena mahasiswa lebih sering menghabiskan waktu dengan dilingkungannya dari pada ditempat tinggalnya, sehingga banyak mendapatkan dan menerima informasi bahkan juga mendapat penilaian tentang dirinya dari lingkungannya. Hal ini berdampak pada pemahaman seorang terhadap dirinya sendiri yang dapat berpengaruh pada konsep dirinya (Afifah, 2022).

Konsep diri menurut Calhoun dan Acocella (Gufon dan Risnawita, 2012) menyatakan bahwa gambaran mental seseorang atau cara pandang seseorang terhadap apa yang dimiliki tentang dirinya sendiri. Konsep diri yang terbentuk pada manusia tidak diperoleh secara instan sepanjang hidup manusia. Konsep diri berkembang sejalan dengan pertumbuhannya, terutama akibat hubungan dengan lingkungan sekitarnya. Begitupun juga ketika seseorang lahir tidak memiliki pengetahuan tentang dirinya, tidak memiliki suatu harapan yang ingin dicapainya, serta tidak memiliki penilaian terhadap dirinya sendiri, dan sekitarnya. Berbagai hal menjadi penentu bagi seorang mahasiswa dalam membentuk konsep dirinya.

Suatu hal yang berperan dalam membantu seorang mahasiswa untuk memiliki konsep diri adalah dengan melalui kebebasan dalam melakukan keinginan dan banyaknya melakukan percobaan-percobaan aktivitas yang positif. Konsep diri menurut Calhaoun dan Acocella (Gufron dan Risnawita, 2012), dibagi menjadi konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif adalah penerimaan yang mengarah individu ke arah sifat yang rendah hati, dermawan, dan tidak egois. Orang dengan konsep diri positif dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang bermacam-macam tentang dirinya sendiri baik yang merupakan kekurangan maupun kelebihan. Sedangkan, konsep diri negatif merupakan pandangan seseorang terhadap dirinya yang tidak teratur, tidak memiliki kestabilan, dan keutuhan diri. Selain itu, bisa juga konsep diri yang terlalu stabil dan terlalu teratur (kaku).

Hal ini terjadi karena berbagai faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep dirinya. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Saraswatia dkk, (2015) mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi konsep diri seseorang adalah dari pola asuh orang tua, teman sebaya dan peranan harga diri. Berbagai macam perilaku yang muncul, baik yang positif maupun negatif merupakan hasil dari perkembangan konsep diri yang terbentuk dari dalam dirinya. Sehingga dapat diartikan konsep diri yaitu bagaimana orang melihat dirinya sendiri berdasarkan pengalaman yang telah didapatkan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang telah peneliti lakukan secara acak pada bulan Oktober 2022 di Universitas Sahid Surakarta dengan beberapa mahasiswa baik laki – laki maupun perempuan selama beberapa hari. Mahasiswa

terlihat cenderung memilih untuk menyendiri, merenung, gelisah, gugup, wajah terlihat pucat dan menyalahkan dirinya sendiri beberapa kali ketika lingkungannya menanyakan seputaran perkuliahannya. Beberapa kali terlihat sering membolos dan tidak mengerjakan tugas pada saat perkuliahan.

Hal ini diperkuat berdasarkan hasil wawancara awal yang telah peneliti lakukan secara acak pada bulan Oktober 2022 di Universitas Sahid Surakarta dengan 3 orang mahasiswa menjelaskan bahwa 2 orang diantaranya menyatakan bahwa mereka termasuk orang yang tidak percaya diri baik dari akademik maupun nonakademik, ketika dihadapkan dengan suatu permasalahan yang ringan, mereka masih bisa bertahan dan mencari jalan keluar, sedangkan jika dihadapkan dengan masalah yang sulit, mereka mudah berputus asa dan menyalahkan dirinya. Dia dapat menerima dirinya tergantung dengan situasi dan kondisi. Sejauh ini yang mereka rasakan belum tergolong dalam kategori bahagia karena faktor lingkungan. Sedangkan 1 orang menyatakan bahwa dia tidak memahami tentang dirinya, tidak memiliki tujuan hidup, merasa salah mengambil jurusan pada saat kuliah, ia merasa gagal dan tidak mampu berada di jurusan tersebut yang ia inginkan hanya keluar dari jurusan tersebut karena tidak diminati meskipun dari lingkungan cukup mendukung. Ketika dihadapkan dengan suatu masalah yang ringan masih bisa bertahan dan diselesaikan dengan cara yang baik sedangkan dengan masalah yang sulit lebih mencari ketenangan dengan keluar rumah, pasrah, juga ada di suatu titik ia merasa kesal dan ingin mengakhiri hidupnya. Sejauh ini yang ia rasakan belum tergolong dalam kategori bahagia karena sering cemas dan sampai tremor.

Sesuai dengan hasil penelitian dari Utami (Afifah, 2022) menjelaskan bahwa didalam kehidupan perkuliahan, mahasiswa akan mengalami berbagai peristiwa baik yang menyenangkan ataupun yang tidak menyenangkan, dari peristiwa tersebut mahasiswa ada yang mampu untuk mengendalikan dirinya dan ada juga yang tidak mampu dalam mengendalikannya. Mahasiswa yang memiliki keyakinan dan mampu menghadapi hambatan akan menjadikan masalah sebagai tantangan dan bukan menjadikannya sebagai sebuah beban. Ketika seorang mahasiswa mampu dalam mengendalikan masalah yang ada didalam dirinya, maka seorang mahasiswa akan mampu dalam menjalankan kehidupan perkuliahannya dengan nyaman, tenang, menyenangkan dan merasa puas dalam menjalani perkuliahan. Begitupun sebaliknya jika pada mahasiswa yang belum mampu dalam mengendalikan masalah maka akan mempengaruhi proses perkuliahannya.

Banyaknya permasalahan dan tuntutan yang harus dihadapi oleh setiap mahasiswa menjadikan mereka perlu memiliki kesejahteraan psikologi yang baik, sehingga dapat menyelesaikan tanggung jawab diperkuliahan dengan baik. Menurut Bordhar dkk (Pujantoro, 2021) menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan memberikan dan menunjukkan kualitas yang lebih tinggi dalam bidang akademik, sedangkan mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik akan berpengaruh dalam kehidupannya dari segi kualitas akademik rendah, kurangnya kualitas hubungan dengan orang lain, dan mudah mengalami gangguan psikologis.

Hal ini sejalan dengan menurut pendapat Ryff (1989) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan saat dimana seseorang melakukan perilaku yang positif terhadap orang lain ataupun kepada dirinya sendiri, serta dapat menciptakan dan mengatur lingkungannya yang sesuai dengan kebutuhannya, sehingga memiliki tujuan hidup dan mampu membuat kehidupan mereka lebih bermakna serta lebih berusaha lagi dalam mengembangkan dirinya. Dimana kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan ketika seseorang merasa bahagia, nyaman, damai berdasarkan pemahaman dan penilaian dari diri sendiri serta dapat memandang hasil pencapaiannya berdasarkan potensi yang dimiliki.

Kondisi psikologis seorang mahasiswa yang baik dan sehat ditandai dengan berfungsinya aspek-aspek psikologis yang positif dalam proses menuju kedewasaan dan kematangan pada dirinya. Seseorang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan mampu untuk menjalankan dan mencapai tugas perkembangannya dengan baik. Sedangkan sebaliknya dengan seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis kurang baik maka akan sulit bahkan merasa gagal dalam mencapai tahap perkembangannya. Jika seseorang sudah mampu mengenal dan memahami tentang dirinya dengan baik, maka membuat ia mampu untuk menjalankan fungsi psikologisnya dengan baik, termasuk dalam hal akademik ataupun nonakademiknya (Ikhsan, 2021).

Hal ini setara dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Sari dan Maryatmi (2019) menjelaskan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara konsep diri sebagai dimensi internal seseorang terhadap kesejahteraan yang dirasakan oleh individu itu sendiri. Semakin rendah konsep

diri yang dimiliki seseorang maka akan semakin rendah juga kesejahteraan yang dirasakan dan begitupun sebaliknya, hal ini perlu dirasakan oleh seorang mahasiswa dalam keadaan yang sulit untuk dapat mempertahankan diri yang positif agar kesejahteraan dalam dirinya selalu ada.

Sejahtera secara psikologis bukan hal yang mudah untuk dicapai seseorang, sehat tidak hanya secara fisik saja akan tetapi juga harus sehat secara psikologisnya. Kesejahteraan psikologis merupakan hasil evaluasi atau penilaian seorang individu terhadap diri sendiri yang telah dipengaruhi berdasarkan pengalaman hidup dan harapan individu yang bersangkutan, dan digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologis yang positif pada dirinya.

Berdasarkan latar belakang masalah, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: ” **Hubungan antara Konsep Diri dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Universitas Sahid Surakarta**”.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara konsep diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Universitas Sahid Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Universitas Sahid Surakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya penelitian - penelitian yang sejenis, khususnya yang berkaitan dengan konsep diri dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa

2. Manfaat praktis

a. Bagi Peneliti

Adanya penelitian mengenai hubungan konsep diri dengan kesejahteraan psikologi ini dapat menambah ilmu pengetahuan, pengalaman, dan pemahaman dari sebuah informasi terkait yang diteliti.

b. Bagi Mahasiswa

Memberikan informasi kepada mahasiswa bahwa pentingnya memahami konsep diri dan kesejahteraan psikologis agar dapat menyelesaikan suatu masalah pada dirinya dan meningkatkan kesejahteraan psikologis khususnya bagi dirinya.

c. Bagi Universitas

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan gambaran tentang pentingnya memiliki konsep diri dan kesejahteraan psikologis di dalam diri mahasiswa dan dapat mendukung setiap penelitian yang dilakukan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.

No.	Nama, judul, instansi	Metode penelitian	Hasil penelitian
1.	Halida, Analisis Konsep Diri Mahasiswa Pada Program Studi Pg-Paud Fkip Untan Pontianak	Kuantitatif	Hasil analisis angket tentang konsep diri mahasiswa dapat di deskripsikan bahwa bersikap obyektif pada diri sendiri, diperoleh hasil 72,50 % dikategori baik. Menghargai diri Sendiri, diperoleh hasil 65,62 % dikategori baik. Tidak memusuhi diri Sendiri, diperoleh hasil 69,37% dikategori baik. Berfikir secara rasional, diperoleh hasil 78,12% dikategori sangat baik.
2.	Raissa Maharani, Pengaruh Dukungan Sosial dan Konsep Diri Terhadap Psychology Well-Being pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung	Kuantitatif	Hasil penelitian bahwa dukungan sosial dan konsep diri berpengaruh terhadap psychology well-being mahasiswa tingkat akhir sebesar 47% sedangkan 52,1% lainnya dipengaruhi oleh variabel dari luar yang diteliti. Secara parsial, konsep diri berpengaruh terhadap psychology well-being terhadap mahasiswa tingkat akhir, sedangkan dukungan sosial tidak berpengaruh secara parsial terhadap psychology well-being
3.	Tsukasa Tajima, The Relationship Between Self-Concept Variability and Pscycological Well-Being : A Survey of Female Undergraduate Students	Kuantitatif	Hasil penelitian bahwa variabilitas konsep diri berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis, meskipun diferensiasi konsep diri tidak berkorelasi dengan

		kesejahteraan psikologis. Korelasi antara tingkat variabilitas konsep diri dan kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh makna hubungan interpersonal. Hasil ini menjelaskan makna hubungan interpersonal merupakan penentu penting dari integrasi diri
4.	Yesiana Dwi Wahyu Werdani, 'Self-Concept Influences the Hopes and Psychological Well-Being of Cancer Survivors in Surabaya, Indonesia: A Cross-Sectional Study	Kuantitatif
		Hasil penelitian ini, bahwa penyintas kanker meliputi berjenis kelamin perempuan sebesar (80%), menikah (61%), penderita kanker stadium II (44%), terdiagnosis kanker selama 1-6 tahun, memiliki support system dari keluarga inti (73%), dan terlibat aktif dalam masyarakat (66%). Nilai rata – rata konsep diri 78,2, harapan 38,2, dan kesejahteraan psikologis 76,3. Konsep diri berpengaruh signifikan terhadap harapan ($r=783$, $p=000$) dan kesejahteraan psikologis (611, $p=000$)

Persamaan dari penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terdapat persamaan variabel yaitu konsep diri dan kesejahteraan psikologis, serta menggunakan metode pengumpulan data yang sama yaitu dengan kuantitatif. Sedangkan perbedaan dari penelitian yang sebelumnya adalah lokasi penelitian yang berbeda, sampel penelitian yang berbeda, serta fenomena yang ditemukan pada mahasiswa diperguruan tinggi ini juga berbeda, seperti adanya perilaku membolos, tidak percaya diri, tidak

mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, tidak mengetahui potensinya, serta tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, dan merasa tidak memiliki kebahagiaan dalam hidupnya

